

保健領域

お気に入り

ページ

ページ

ページ



「生きる力」を育む小学校保健教育の手引き 「生きる力」を育む中学校保健教育の手引き

キーワード

教材

特別活動

事例



【内容説明】

保健教育の充実を図るため、学校における保健教育の実施状況を踏まえ、課題を明確にした上で、改善点等を示した教職員用の資料が作成されました。

(発行元等) 文部科学省 平成 25 年 3 月 (小) 平成 26 年 3 月 (中)

【URL】

http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/_icsFiles/afieldfile/2013/10/16/1334052_05.pdf
http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1354075.htm

生きる力 保健教育の手引き

検 索



学校防災のための参考資料

「生きる力」を育む防災教育の展開

キーワード

安全教育

防災教育

危機管理



【内容説明】

東日本大震災等近年の自然災害等を踏まえ、今後の学校における防災教育・防災管理等の在り方を示す参考資料として作成されました。

(発行元等) 文部科学省 平成 25 年 3 月

【URL】

http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/anzen/1289310.htm

生きる力を育む 防災教育

検 索



熱中症環境保健マニュアル 2014

キーワード

保健指導

定義

対処方法



【内容説明】

最新の知見を踏まえ、平成 26 年度版として改訂されました。

わが国の一般環境の状況と熱中症についての正しい科学的知見や関連情報を掲載しており、熱中症の正しい知識をもって予防に心がけ適切に対処できるよう作成されました。

(発行元等) 環境省 平成 26 年 3 月

【URL】http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/manual.html

熱中症環境保健マニュアル

検索



熱中症予防のための運動指針

キーワード

WBGT

気温

湿度

輻射熱

気流

| 熱中症予防運動指針 | | | | |
|-----------|---------|----------|---------|----------|
| WBGT | 気温 | 湿度 | 運動強度 | 運動時間 |
| 21-27 | 25-31 | 60-75 | 運動強度が低い | 運動時間制限なし |
| 27-31 | 31-35 | 75-85 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 31-35 | 35-39 | 85-95 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 35-39 | 39-43 | 95-100 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 39-43 | 43-47 | 100-105 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 43-47 | 47-51 | 105-110 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 47-51 | 51-55 | 110-115 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 51-55 | 55-59 | 115-120 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 55-59 | 59-63 | 120-125 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 59-63 | 63-67 | 125-130 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 63-67 | 67-71 | 130-135 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 67-71 | 71-75 | 135-140 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 71-75 | 75-79 | 140-145 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 75-79 | 79-83 | 145-150 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 79-83 | 83-87 | 150-155 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 83-87 | 87-91 | 155-160 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 87-91 | 91-95 | 160-165 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 91-95 | 95-99 | 165-170 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 95-99 | 99-103 | 170-175 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 103-107 | 107-111 | 175-180 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 111-115 | 115-119 | 180-185 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 115-119 | 119-123 | 185-190 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 119-123 | 123-127 | 190-195 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 123-127 | 127-131 | 195-200 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 127-131 | 131-135 | 200-205 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 131-135 | 135-139 | 205-210 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 135-139 | 139-143 | 210-215 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 139-143 | 143-147 | 215-220 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 143-147 | 147-151 | 220-225 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 147-151 | 151-155 | 225-230 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 151-155 | 155-159 | 230-235 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 155-159 | 159-163 | 235-240 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 159-163 | 163-167 | 240-245 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 163-167 | 167-171 | 245-250 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 167-171 | 171-175 | 250-255 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 171-175 | 175-179 | 255-260 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 175-179 | 179-183 | 260-265 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 179-183 | 183-187 | 265-270 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 183-187 | 187-191 | 270-275 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 187-191 | 191-195 | 275-280 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 191-195 | 195-199 | 280-285 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 195-199 | 199-203 | 285-290 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 203-207 | 207-211 | 290-295 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 207-211 | 211-215 | 295-300 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 211-215 | 215-219 | 300-305 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 215-219 | 219-223 | 305-310 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 219-223 | 223-227 | 310-315 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 223-227 | 227-231 | 315-320 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 227-231 | 231-235 | 320-325 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 231-235 | 235-239 | 325-330 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 235-239 | 239-243 | 330-335 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 239-243 | 243-247 | 335-340 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 243-247 | 247-251 | 340-345 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 247-251 | 251-255 | 345-350 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 251-255 | 255-259 | 350-355 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 255-259 | 259-263 | 355-360 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 259-263 | 263-267 | 360-365 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 263-267 | 267-271 | 365-370 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 267-271 | 271-275 | 370-375 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 271-275 | 275-279 | 375-380 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 275-279 | 279-283 | 380-385 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 279-283 | 283-287 | 385-390 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 283-287 | 287-291 | 390-395 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 287-291 | 291-295 | 395-400 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 291-295 | 295-299 | 400-405 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 295-299 | 299-303 | 405-410 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 303-307 | 307-311 | 410-415 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 307-311 | 311-315 | 415-420 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 311-315 | 315-319 | 420-425 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 315-319 | 319-323 | 425-430 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 319-323 | 323-327 | 430-435 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 323-327 | 327-331 | 435-440 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 327-331 | 331-335 | 440-445 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 331-335 | 335-339 | 445-450 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 335-339 | 339-343 | 450-455 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 339-343 | 343-347 | 455-460 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 343-347 | 347-351 | 460-465 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 347-351 | 351-355 | 465-470 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 351-355 | 355-359 | 470-475 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 355-359 | 359-363 | 475-480 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 359-363 | 363-367 | 480-485 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 363-367 | 367-371 | 485-490 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 367-371 | 371-375 | 490-495 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 371-375 | 375-379 | 495-500 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 375-379 | 379-383 | 500-505 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 379-383 | 383-387 | 505-510 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 383-387 | 387-391 | 510-515 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 387-391 | 391-395 | 515-520 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 391-395 | 395-399 | 520-525 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 395-399 | 399-403 | 525-530 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 403-407 | 407-411 | 530-535 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 407-411 | 411-415 | 535-540 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 411-415 | 415-419 | 540-545 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 415-419 | 419-423 | 545-550 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 419-423 | 423-427 | 550-555 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 423-427 | 427-431 | 555-560 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 427-431 | 431-435 | 560-565 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 431-435 | 435-439 | 565-570 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 435-439 | 439-443 | 570-575 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 439-443 | 443-447 | 575-580 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 443-447 | 447-451 | 580-585 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 447-451 | 451-455 | 585-590 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 451-455 | 455-459 | 590-595 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 455-459 | 459-463 | 595-600 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 459-463 | 463-467 | 600-605 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 463-467 | 467-471 | 605-610 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 467-471 | 471-475 | 610-615 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 471-475 | 475-479 | 615-620 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 475-479 | 479-483 | 620-625 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 479-483 | 483-487 | 625-630 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 483-487 | 487-491 | 630-635 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 487-491 | 491-495 | 635-640 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 491-495 | 495-499 | 640-645 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 495-499 | 499-503 | 645-650 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 503-507 | 507-511 | 650-655 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 507-511 | 511-515 | 655-660 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 511-515 | 515-519 | 660-665 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 515-519 | 519-523 | 665-670 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 519-523 | 523-527 | 670-675 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 523-527 | 527-531 | 675-680 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 527-531 | 531-535 | 680-685 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 531-535 | 535-539 | 685-690 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 535-539 | 539-543 | 690-695 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 539-543 | 543-547 | 695-700 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 543-547 | 547-551 | 700-705 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 547-551 | 551-555 | 705-710 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 551-555 | 555-559 | 710-715 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 555-559 | 559-563 | 715-720 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 559-563 | 563-567 | 720-725 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 563-567 | 567-571 | 725-730 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 567-571 | 571-575 | 730-735 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 571-575 | 575-579 | 735-740 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 575-579 | 579-583 | 740-745 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 579-583 | 583-587 | 745-750 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 583-587 | 587-591 | 750-755 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 587-591 | 591-595 | 755-760 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 591-595 | 595-599 | 760-765 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 595-599 | 599-603 | 765-770 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 603-607 | 607-611 | 770-775 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 607-611 | 611-615 | 775-780 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 611-615 | 615-619 | 780-785 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 615-619 | 619-623 | 785-790 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 619-623 | 623-627 | 790-795 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 623-627 | 627-631 | 795-800 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 627-631 | 631-635 | 800-805 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 631-635 | 635-639 | 805-810 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 635-639 | 639-643 | 810-815 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 639-643 | 643-647 | 815-820 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 643-647 | 647-651 | 820-825 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 647-651 | 651-655 | 825-830 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 651-655 | 655-659 | 830-835 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 655-659 | 659-663 | 835-840 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 659-663 | 663-667 | 840-845 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 663-667 | 667-671 | 845-850 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 667-671 | 671-675 | 850-855 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 671-675 | 675-679 | 855-860 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 675-679 | 679-683 | 860-865 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 679-683 | 683-687 | 865-870 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 683-687 | 687-691 | 870-875 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 687-691 | 691-695 | 875-880 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 691-695 | 695-699 | 880-885 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 695-699 | 699-703 | 885-890 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 703-707 | 707-711 | 890-895 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 707-711 | 711-715 | 895-900 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 711-715 | 715-719 | 900-905 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 715-719 | 719-723 | 905-910 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 719-723 | 723-727 | 910-915 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 723-727 | 727-731 | 915-920 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 727-731 | 731-735 | 920-925 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 731-735 | 735-739 | 925-930 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 735-739 | 739-743 | 930-935 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 739-743 | 743-747 | 935-940 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 743-747 | 747-751 | 940-945 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 747-751 | 751-755 | 945-950 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 751-755 | 755-759 | 950-955 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 755-759 | 759-763 | 955-960 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 759-763 | 763-767 | 960-965 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 763-767 | 767-771 | 965-970 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 767-771 | 771-775 | 970-975 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 771-775 | 775-779 | 975-980 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 775-779 | 779-783 | 980-985 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 779-783 | 783-787 | 985-990 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 783-787 | 787-791 | 990-995 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |
| 787-791 | 791-795 | 995-1000 | 運動強度が低い | 運動時間制限あり |

【内容説明】

熱中症予防5ヶ条のポイントを理解したうえで、環境温度に応じてどのように運動したらよいかの目安を示された資料です。

(発行元等)

(公財) 日本体育協会 平成 25 年 4 月

【URL】

[http://www.japan-sports.or.jp/medicine/tabid/922/Default.aspx</](http://www.japan-sports.or.jp/medicine/tabid/922/Default.aspx)

企業と家庭で取り組む早寝早起き朝ごはん 大人が変われば、子どもも変わる。

キーワード

生活習慣

ライフ

ワーク



【内容説明】

地域の将来を担う子ども達のよりよい成長のために、企業にも「早寝早起き朝ごはん」運動に積極的に取り組んでもらうためのパンフレットです。

(発行元等) 文部科学省 平成 24 年 3 月

【URL】

http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/asagohan/1324894.htm

企業と家庭 早寝早起き朝ごはん

検 索



やまぐち健康マップ

キーワード

健康寿命

脳血管疾患

歩数

全国比較



(発行元等) 山口県 平成 26 年 10 月

【URL】

<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/press/201410/029358.html>



やまぐち健康マップ

検 索

【内容説明】

本県の健康づくり指針を示した「健康やまぐち 21 計画（第 2 次）」の推進に向けて、地域間の健康に関する実態の差を明らかにし、健康格差の縮小を図るため、特定健診結果等の分析や意識・行動調査を行い、その結果について、色分けしたマップやグラフなど用いて資料を作成しています。

健康やまぐち21計画（第2次）

キーワード

県民の健康

生活習慣病

健康格差

【内容説明】

健康増進法に基づく「健康増進計画」として策定された県民の健康づくりのための取組の基本方針で、平成25年度から平成34年までの中期的計画を示しています。



（発行元等） 山口県 平成25年3月

【URL】

<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15200/kenkou/kenyama3.html>



健康やまぐち21

検索

健康やまぐちサポートステーション

キーワード

情報

イベント

活動支援

【内容説明】

健康寿命に関する情報提供、健康づくりイベント紹介、ライフステージ別の健康づくりの紹介、やまぐち健康応援団に登録している企業・団体紹介など、「健康やまぐち21計画」の情報提供を紹介したサイトです。



（発行元等） 山口県

【URL】 <http://www.kenko.pref.yamaguchi.lg.jp/>



健康やまぐちサポート

検索